

ON GIBERNE AVEC GOUGH

Nom: Alex Gough

Objectifs en carrière :
Je ne suis pas très bonne avec les objectifs. Je pense que si l'on ne vise pas assez haut, on ne réalise pas son plein potentiel, et par conséquent l'on vise trop haut, on risque la déception. Mes objectifs sont : devenir plus forte et travailler mes techniques de départ pour avoir le départ le plus rapide possible; je veux aussi réaliser en compétition deux descentes consécutives qui sont exactes et techniquement parfaites et faire cela tout au long de la saison; et enfin je veux maintenir une position sur ma luge toujours aussi aérodynamique que possible.



Comment as-tu découvert la luge?

Ma mère m'a inscrit à un camp de recrutement et m'a dit que j'allais essayer la luge; elle m'a envoyée au Parc olympique du Canada pour une fin de semaine en 2000. Je ne savais pas grand-chose sur la luge mais c'était un sport rapide et grisant et quand on m'a demandé de me joindre au programme, j'ai dit oui.

Tes objectifs en carrière en dehors de la luge?

Je voudrais obtenir un diplôme en génie; je veux trouver un métier qui me donne les moyens de me payer tout ce que j'aime faire dans la vie (voyages, ski, plongée).

Comment se déroule une journée typique d'entraînement? Quand je ne suis pas en train de glisser, je...?

Durant l'été, je me lève, je prends le petit déjeuner, je fais une séance d'entraînement, puis c'est le déjeuner et un peu de repos, deux heures environ, puis une autre séance d'entraînement, puis le dîner; au printemps parfois j'ai l'école; je me couche pour me lever le lendemain et répéter la même séquence. Dans le courant de la saison de compétition, le lundi on voyage normalement; le mardi, le mercredi et le jeudi on s'entraîne (six descentes au total); le vendredi est une épreuve de Coupe des Nations ou de qualification; puis le samedi et le dimanche c'est les épreuves de Coupe du Monde. Nous faisons normalement deux ou trois séances de musculation par semaine. Quand nous ne glissons pas et nous ne sommes pas au gymnase ou en train de travailler la technique sur la luge, je suis normalement dans ma chambre en train de lire ou de regarder une émission de télé apportée en DVD, ou bien je fais la sieste.

Après que je prendrai ma retraite de la luge, je veux?

Finir mes études, voyager

Ta piste de luge favorite? Pourquoi?

Park City, Utah - C'est une piste rapide, parfaite pour la glisse, qui complète très bien mon style de glisse.

Site de compétition favori :

Jusqu'à présent, Igls, Autriche. On vient de rénover les installations et les aires de départ sont très belles avec des planchers chauffés. C'est bien aménagé pour les épreuves. Et c'est l'un des endroits les plus spectaculaires quant au paysage.

Lieu de vacances favori?

Je n'ai pas de lieu préféré. J'adore découvrir de nouveaux pays et de nouvelles cultures et essayer de nouvelles expériences. J'ai bien aimé mon safari en Masai Mara au Kenya et mes vacances de plongée au Blue Hole au Belize, ainsi que mon voyage à radeau sur le fleuve Colorado dans le Grand Canyon.

Livre favori?

Vous demandez à quelqu'un qui dévore presque cent livres par année d'en choisir un seul? J'adore les livres de fantaisie pour jeunes adultes, avec une héroïne admirable, mais je lirais presque n'importe quoi si ça tombe sous ma main et éveille mon intérêt.

Film favori?

Fern Gully

Moment olympique/paralympique favori?

Mes souvenirs de mon expérience olympique personnelle sont vagues; il n'y a pas de moments qui en ressortent. Je me souviens pourtant de quitter la luge après l'épreuve et à ce moment précis j'ai aperçu ma famille dans la foule de spectateurs, et c'est un moment très fort.

Inspiration?

Ma mère est ma plus grande inspiration. C'est la personne la plus forte, la plus motivée et la plus généreuse que je connaisse.

Couleur favorite?

Pourpre

Si j'avais à entretenir ma voiture, je serais capable de...?

En acheter une nouvelle. La mienne a 10 ans et elle commence à tomber en miettes.

Avant une épreuve, j'écoute quelle chanson?

Une chanson que j'aime ce jour-là. Un jour ça pourrait être Eminem et le lendemain ce serait Pennywise ou Fleetwood Mac.

Musicien favori?

Je crois que ça se voit maintenant que ma préférence est la variété. J'écouterai un groupe un musicien pour un bout de temps puis je m'ennuierai et je chercherai quelque chose de nouveau ou je renouera avec quelque chose que je n'ai pas écouté depuis quelque temps. J'aime le punk, le rock classique, le pop, le country, le métal, le rap et la musique dite alternative, le tout dans une seule et même liste d'écoute.

Si j'étais reine du monde pour un jour, je...?

Céderais la responsabilité à quelqu'un d'autre. J'ai du mal à diriger ma propre vie!

WALTER COREY AIDE À PORTER LE FLAMBEAU OLYMPIQUE À VICTORIA À LA PREMIÈRE JOURNÉE DE SON VOYAGE TRANSCANADIEN



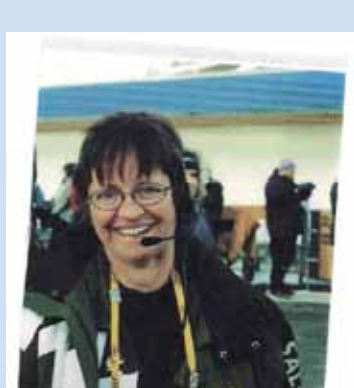
On l'a désigné comme Numéro 64, mais les membres de l'Association canadienne de luge le connaissent comme Walter Corey - directeur de notre programme national de haute performance.

Corey, qui a démenagé à Whistler pour aider à développer le sport de luge sur la côte ouest du pays, a été choisi pour participer à la première journée du relais du flambeau olympique à Victoria. Le double médaillé olympique, Simon Whitfield, et la double médaillée d'or olympique, Catriona Le May Doan, ont lancé de plus long relais olympique jamais; Corey a pris le flambeau de l'ancien athlète de bobsleigh, Louis Poirier, et a aidé à le porter dans le site touristique de renommée internationale, Butchart Gardens.

«Sans aucun doute, c'était l'expérience la plus grisante que j'ai jamais eue en ce qui concerne les Jeux,» a dit Corey, vétéran du système canadien de luge en tant qu'athlète et entraîneur et maintenant dans son rôle de directeur des programmes de haute performance. «Quand nous sommes aux Jeux olympiques, nous oublions l'impact qu'ils ont sur tous les Canadiens. Je me suis rendu compte que ce même flambeau traversera le pays entier, ce qui encouragera tous les Canadiens à célébrer le crédo olympique.»

Corey n'est pas le seul membre de la communauté de luge à avoir l'honneur de porter le flambeau vers Vancouver. Tyler Seitz, le seul homme canadien à remporter une médaille de bronze en Coupe du Monde de luge, fera un relais de 300 mètres avec le flambeau à Cache Creek, le 6 février. Seitz travaille avec son frère, Tracy, à la piste olympique au Centre de glisse de Whistler.

Jo Ann Stimpson, une bénévole de longue date au sein de notre organisme, portera elle aussi le flambeau à un point entre Calgary et Airdrie à la journée 82 du relais, le 19 janvier 2010. Porter le flambeau olympique est le dernier case à cocher dans la liste olympique de Stimpson, qui a été bénévole et danseuse aux Cérémonies d'ouverture, ainsi que fournisseur autorisé, et qui a également été officielle de luge à quatre Jeux olympiques.



Le relais du flambeau olympique, le plus long dans l'histoire des Jeux, se fera à pied, via avion et en bateau, parcourant plus de 44 000 kilomètres dans les mains de 12 000 personnes, visitant plus de 1 000 communautés à travers le pays.

Les meilleurs athlètes de luge au monde s'apprentent à inaugurer la saison de Coupe du Monde à Calgary

Programme d'épreuves :

jeudi 19 novembre :

Coupe des Nations (qualifications à la Coupe du Monde)

vendredi, 20 novembre:

Coupe défi (descentes préliminaires) -15h00
Coupe défi (demi-finale et finale) -16h20
Épreuve de doubles, Coupe du Monde Viessmann (descente 1) 18h00
Épreuve de doubles, Coupe du Monde Viessmann (descente 2) 19h15

Après les épreuves de doubles, soyez des nôtres sous la tente du festival pour la cérémonie des médailles et [de la musique en direct!](#)

samedi, 21 novembre :

Épreuve des dames, Coupe du Monde Viessmann (descente 1) 14h40
Épreuve des dames, Coupe du Monde Viessmann (descente 2) 15h55
Épreuve des hommes, Coupe du Monde Viessmann (descente 1) 17h15
Épreuve des hommes, Coupe du Monde Viessmann (descente 2) 18h45

Après les épreuves des hommes, soyez des nôtres sous la tente du festival pour la cérémonie des médailles et [de la musique en direct!](#) Entrée LIBRE

ENTRÉE LIBRE! MUSIQUE EN DIRECT sous la tente du festival!!!

vendredi, 20 novembre @ 21h00 -à préciser

samedi, 21 novembre -Pure City

DE RETOUR SUR LA PISTEDE WHISTLER!

L'équipe canadienne de luge a été le premier groupe à utiliser la piste du Centre de glisse de Whistler en saison 2009-10 quand elle a présenté un camp d'entraînement de deux semaines au mois d'octobre. La semaine internationale d'entraînement vient justement de terminer; c'est la dernière session de ce genre avant les Jeux 2010.



Il reste moins de 100 jours avant les Jeux olympiques d'hiver 2010 et l'équipe canadienne de luge a pu compléter des sessions de haut volume et de haute qualité, avec 10 descentes par jour. L'équipe a également incorporé des séances de musculation pour compléter la préparation physique à la saison de Coupe du Monde.

Alors que la piste qu'elle a quittée en mars n'avait guère changé, l'équipe avait un air tout à fait différent de celui qu'elle avait présenté au printemps.

Les muscles développés et les poitrines en V en disent long sur le travail auquel les lugeurs et lugeuses canadiens se sont consacrés cet été passé. En effet, leur entraînement de saison morte sous la direction de leur entraîneur chef Wolfgang Staudinger a été le plus difficile et intensif que les athlètes aient jamais connu.

«Je dis depuis toujours que les champions se développent en été,» a dit Staudinger. «Je dirais que, par rapport à l'année passée, nous avons augmenté les volumes de 100 pour cent, et nous commençons à voir des signes concrets d'amélioration. Nous avons hâte de nous mettre à l'épreuve aux tournées de compétition.»

Pour lancer officiellement la saison de compétition, le 12 novembre l'équipe canadienne a présenté sa dernière séance de presse à Whistler, juste avant le commencement des épreuves.

SUIVEZ LES CANADIENS EN COMPÉTITION INTERNATIONALE

Pour voir en direct les résultats des athlètes canadiens en tournée de Coupe du Monde junior ou senior, visitez le site Internet www.fil-luge.org.

Coupe du Monde

17-21 novembre Calgary, Canada
24-29 novembre Igls, Autriche
1-6 décembre Altenberg, Allemagne
26 décembre - 3 jan Konigssee, Allemagne
5-10 janvier Winterberg, Allemagne
12-17 janvier Oberhof, Allemagne

Coupe du Monde junior

7-12 décembre Paramonova, Russie
14-19 décembre Sigulda, Lettonie
11-16 janvier Konigssee, Allemagne
18-23 janvier Oberhof, Allemagne
1-6 février Winterberg, Allemagne

Un prix de l'art de luge



L'association canadienne de luge présentera à Svein Romstad, de la Fédération internationale de luge, une œuvre d'art en fil de cuivre, conçu pour rendre hommage aux sports d'hiver dans le cadre de la Coupe du Monde 2009 à Calgary.

Inspiré par le succès de son neveu, Tristan Walker, en compétition internationale, Lloyd Walker, un artiste ontarien, a créé la «Série sports d'hiver» pour susciter un intérêt et un enthousiasme pour les passe-temps hivernaux du Canada.

Lloyd a construit «La luge» alors que Tristan et son partenaire en doubles, Justin Smith concouraient à Nagano, où ils ont remporté une médaille de bronze aux Mondiaux juniors au mois de février dernier.

Lloyd a fait un don de «La luge» au Comité organisateur de l'épreuve, et l'œuvre sera offerte en cadeau à la Fédération internationale de luge.

Après les épreuves de sélection, les juniors canadiens s'apprentent à rivaliser avec leurs pairs internationaux

Les lugeurs et lugeuses juniors du Canada s'apprennent à rivaliser avec leurs pairs internationaux après des épreuves de sélection et des évaluations de départs vraiment impressionnantes par leur niveau et leur intensité le mois passé.

L'équipe canadienne junior 2009-10 inclut les athlètes suivants :

Kimberley McRae
Elena Corrigan
Jordan Smith
Dayna Clay
Laura Glover
Ariane Jones
Devin Corrigan
Matt Medrek

La compétition sera intense au tout début de la saison, car sept des dames seront à la recherche d'une des cinq places en compétition de Coupe du Monde à Calgary, incluant une place dans l'épreuve de Coupe du Monde, deux places à l'épreuve de Coupe des Nations, et deux places comme ouvreuses de piste.

Félicitations à tous ces athlètes; nous leur souhaitons bonne chance et bon courage cette saison!

